



# Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista  
Fondata nel 1888



## DOMENICA 24 NOVEMBRE 2024



## POLENTATA AL RIFUGIO FORTE DEI MARMI

"Polenta in Paiolo" by Enzo Rippa is licensed under [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

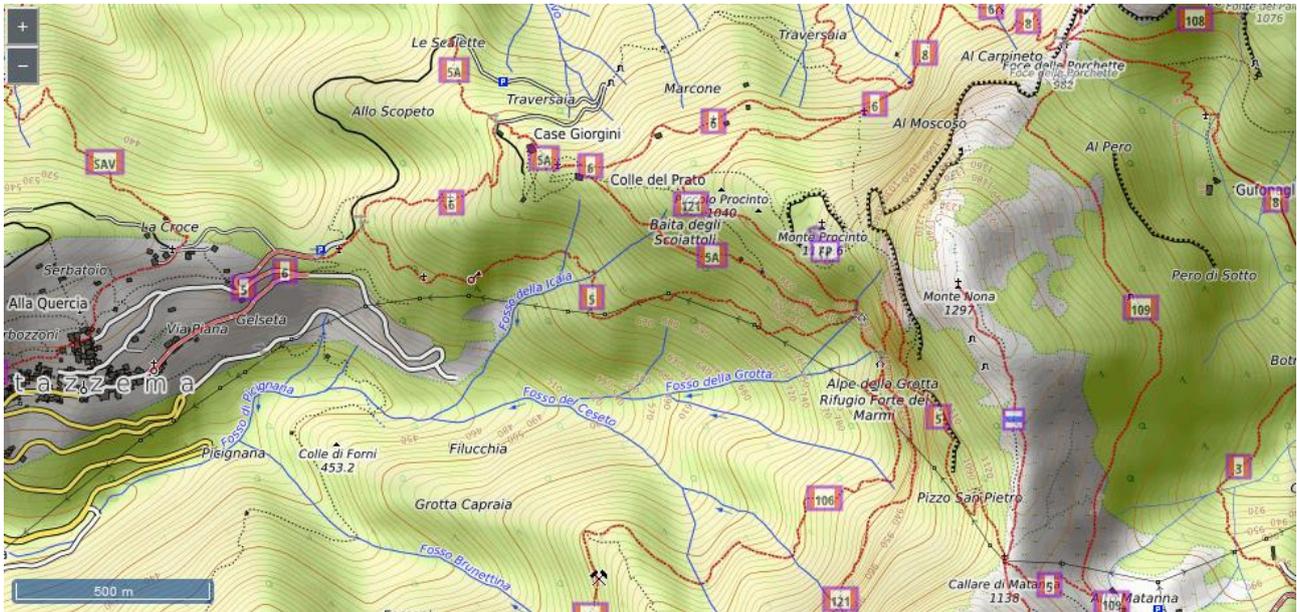
**DIRETTORE DI ESCURSIONE:** ANDREA BIANCHI TEL. 3404720353  
**COADIUTORE:** FRANCO MOSTARDI TEL. 3405797198  
**RITROVO/PARTENZA:** EX CINEMA AURORA ( VIA IPPOLITO NIEVO ) ORE 7,45  
**MEZZO DI TRASPORTO:** AUTO PROPRIA  
**DIFFICOLTÀ:** E  
**TEMPO DI PERCORRENZA:** TRE ORE PER ARRIVARE AL RIFUGIO E UN' ORA PER IL RITORNO.

<b>DISLIVELLO:</b>	<b>CIRCA 700 MT</b>
<b>EQUIPAGGIAMENTO:</b>	SCARPONI CON SUOLA SCOLPITA, ABBIGLIAMENTO A STRATI, TORCIA
<b>PRANZO:</b>	AL RIFUGIO FORTE DEI MARMI MT. 865
<b>COSTI:</b>	1 EURO PER LA SEZIONE A TESTA IN QUANTO ESCURSIONE GIORNALIERA DA CONSEGNARE AL DIRETTORE. 45 EURO COSTO PER AUTO DA SUDDIVIDERE TRA TUTTI I PARTECIPANTI . 20 EURO COSTO PRANZO.
<b>NOTE:</b>	È POSSIBILE SCORCIARE L'ESCURSIONE CON LA SOLA ANDATA AL RIFUGIO IN UN'ORA E LO STESSO TEMPO PER IL RITORNO RINUNCIANDO ALL'ANELLO INTORNO AL MONTE PROCINTO.

ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

### **Itinerario**

Poco prima di arrivare a Stazzema incontriamo un bivio, svoltiamo a destra e su strada asfaltata, dopo circa un chilometro e mezzo fermiamo la macchina in ampio parcheggio (approssimativamente intorno alle nove e un quarto) e imbocchiamo il sentiero n. 5, che in un'ora va direttamente al rifugio. Chi lo desidera può già fermarsi, l'ambiente è accogliente e piacevole, circondato da castagni ed è panoramico. Con gli altri proseguiamo per il sentiero che sale verso il Callare Matanna e con bivio a sinistra procediamo verso la nostra meta. L'anello, in parte sotto la parete strapiombante del Nona, è munito di cavo e richiede qualche attenzione. Ritornati al rifugio consumiamo il pranzo e verso le tre riprendiamo il percorso di ritorno per lo stesso sentiero oppure per il sentiero n. 6 che è di qualche minuto più lungo.



---

Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare nome, cognome e data di nascita entro il venerdì precedente l'escursione e pagare € 8,40 per ogni giornata di escursione, quota che comprende la copertura assicurativa CAI. Il pagamento potrà essere effettuato in sede o in alternativa, sempre entro gli stessi termini, con bonifico bancario inviando la copia della ricevuta via e-mail a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it) e via e-mail oppure whatsapp al direttore di escursione.

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole – Sede di Livorno

**IBAN IT44N062301390000040741680**

Indicare nella causale nome e cognome, la data e il titolo della escursione

Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.

Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente anche in sede in forma cartacea.

[Revisione modello locandina del 15-10-2024]

---

**Questa escursione o cicloescursione è stata autorizzata dal Consiglio Direttivo del CAI Livorno in data 5 dicembre 2023.**

---